# 演讲三分钟范文简单【5篇】

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2025-04-13

*演讲的本质在于讲，而不在于演，它以讲为主，以演为辅。由于演讲要诉诸口头，拟稿时必须以易说能讲为前提。一篇好的演讲稿对演讲者来说要可讲，对听讲者来说应好听。本篇文章是为大家整理的演讲三分钟范文简单【5篇】，希望您会喜欢，欢迎分享！>1.演讲三...*

演讲的本质在于讲，而不在于演，它以讲为主，以演为辅。由于演讲要诉诸口头，拟稿时必须以易说能讲为前提。一篇好的演讲稿对演讲者来说要可讲，对听讲者来说应好听。本篇文章是为大家整理的演讲三分钟范文简单【5篇】，希望您会喜欢，欢迎分享！

>1.演讲三分钟范文简单

　　大家好！

　　微笑是人际交往的金钥匙，作为白衣天使的微笑是美的象征，是爱心的体现，给患者以生的希望，它能改善同事间、护患间的关系。

　　而随着社会的发展，人与人相识，第一印象往往是在前几秒钟形成的，而要改变它，却需付出很长时间的努力。良好的第一印象来源于人的仪表谈吐，但更重要的是取决于他的表情。微笑则是表情中最能赋予人好感，增加友善和沟通，愉悦心情的表现方式。一个对你微笑的人，必能体现出他的热情、修养和他的魅力，从而得到人的信任和尊重。那么，大家在日常的生活、工作中是否面带微笑呢？

　　微笑相信谁都会，我们会对家人微笑，对朋友微笑，对我们所认识的每一个人微笑，但是出于我们知道或不知道的心理原因我们没有微笑的习惯我们面无表情的走在上下班的路上，我们绷着脸处理工作，我们对不认识的人视而不见，我们没有微笑的意识！我们都期望内心快乐的生活，可是我们忘了快乐要从微笑开始。

　　现在，我们可以很自豪向生活发出这从容的微笑了。我们要永远记住无论是在多大的困难面前，我们都要微笑去面对。

　　谢谢。

>2.演讲三分钟范文简单

　　尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

　　大家好。

　　海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想，正是有一种信念，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。

　　从某种意义上说，人不是活在物质世界里，而是活在精神世界里，活在理想与信念之中。对于人的生命而言，要存活，只要一碗饭，一杯水就可以了；但是要想活得精彩，就要有精神，就要有远大的理想和坚定的信念。

　　理想信念使贫困的人变成富翁，使黑暗中的人看见光明，使绝境中的人看到希望，使梦想变成现实。

　　黑人马丁·路德金有句名言：“这个世界上，没有人能够使你倒下。如果你自己的信念还站立着的话。”是的，即使在最困难的时候，也不要熄灭心中信念的火把。

　　同学们，不管你现在的成绩怎么样，不管你现在的基础怎么样，只要坚定信念，超越自我，你就有了努力的方向，你就有了奋斗的目标，你就有了生活的动力，你就有了成功的希望！

　　谢谢大家！

>3.演讲三分钟范文简单

　　亲爱的老师们，同学们：

　　早上好！

　　俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”如果一个人很有成就，不是别人给予的，更不是从天上掉下来的。是靠自己的努力、勤奋争取的。才能主要来自勤奋学习是不可猜疑的。

　　一个人的才能不是天生就有的，而是靠自己的勤奋努力而来的。比如说德国数学家、物理学家和天文学家高斯。他从小就酷爱学习，一生为科学事业做出了巨大贡献，但是如果他没有从小的勤奋努力学习，他也不可能成为的科学巨人。没有勤奋努力的学习是不可能有成就的。这样的例子有很多很多，可以说每一位有成就的人都曾努力学习、努力探索过。

　　有些人说那些有才能、有成就的人从小就是“天才”、“神童”，像我们再努力有什么用啊。这种想法是错误的，他们是天才、神童，不是天生的，而是来自勤奋的学习。勤奋学习是成为“天才”、“神童”的先决条件。经科学家研究，人是智力是有差别的，但是仅仅是差一点点而已。所以说，“天才”、“神童”是靠人们勤奋学习而成为的。

　　狄更斯说过“我所收获的，是我种下的。”每个人都有机会成为有才能的人，就看你去不去争取这个机会。才能来自勤奋。我们一定要努力学习。

　　谢谢大家！

>4.演讲三分钟范文简单

　　各位同学们：

　　大家好！

　　作为即将参加高考的高三学子，我们正前行在人生奋斗的征途中，万里长征，我们刚刚起步。就在这起步的阶段，我们获得过掌声，也遭逢过挫折。

　　如今的我们，将梦想分成了几个小目标，一个一个地去奋斗、去努力。比如说在月考中取得好成绩，比如说在生活中成功进行富有挑战性的活动。倘若我们因为一点小小的挫折就轻易说放弃，那些目标又有什么意义？上苍赋予我们生命，就是要我们去不懈地拼搏啊。

　　白驹过隙，流水无痕。在匆匆忙忙的尘世中，我们能做的仅有不懈地努力，不懈地奋斗，最终实现自我的梦想。这，才是我们生命的意义。

　　无论前面的路多么坎坷，“决不轻言放弃”将永远是我们人生追求的永恒动力。

　　我的演讲完毕，多谢大家！

>5.演讲三分钟范文简单

　　尊敬的教师，亲爱的同学们：

　　自强者有健康的心理素质，坚定的品格意志和自强不息的进取精神，他们坚信“天生我材必有用”、“前途是自我创造出来的”。他们藐视困难，追求高远目标，应对人生激流中的暗礁与险滩，奋勇搏击，不懈努力。

　　他们应对挫折和失败，坚强地站起来，用自我毅力，勇气和智慧扬起自强的风帆，驶向胜利的彼岸，中国女足就是这样一个自强不息，顽强拼搏的光荣团体，为了祖国的荣誉，只愿付出和奉献；她们自信，自强，不怕挫折和失败。

　　自强不息者的力量来自信念、意志和毅力。那些有成就的革命家、科学家、艺术家、文学家都有着坚定的必胜的信念，有着艰苦奋斗、顽强拼搏的精神，有着百折不挠、奋发向上的毅力。

　　当今世界，随着科学与技术的不断提高和发展，世界竞争日趋激烈，我们应当努力拼搏，生命不息，奋斗不止，扎扎实实地夯实事业的基础，在人生奋斗的道路上迈出坚定的步伐，为祖国更好的明天添砖加瓦！

　　我的演讲完毕，多谢大家！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！